



COMMUNICABLE DISEASE SECTION

799 E. Rialto Avenue, San Bernardino, CA. 92415-0011

IMMUNIZATION 1-800-722-4794.....Fax (909) 386-8325

TUBERCULOSIS 1-800-722-4794.....Fax (909) 387-2861

EPIDEMIOLOGY 1-800-722-4794.....Fax (909) 386-8325

TRUDY RAYMUNDO
Assistant Director of Public Health

MAXWELL OHIKHUARE, M.D.
Health Officer

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

12 de Septiembre de 2011

PSA #11-50

CONTACTO: Faith Mwit, MPH & Pooneh Navab, MPH
Educadores en Salud
(800) 722-4794

Evite la Gripe! Tenemos La Vacuna Para Usted!

San Bernardino. Una vacuna contra la gripe estacional se recomienda cada año para ayudar a proteger a usted, su familia y la comunidad de la gripe. El Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino patrocinará clínicas de vacunación a bajo costo contra la gripe estacional en todo el Condado a partir del mes de Septiembre del 2011. La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa y se puede transmitir fácilmente de una persona a otra. Los síntomas pueden convertirse de leves a severos y pueden causar hospitalización e incluso la muerte. Hágase vacunar hoy mismo para que usted, su familia, sus compañeros de trabajo y otras personas de la comunidad no contraigan la enfermedad.

Una vacuna contra la gripe estacional es ahora universalmente recomendada para:

- Todas las personas de 6 meses o mayores.

Se recomienda especialmente la vacunación estacional contra la gripe para:

- Niños desde los 6 meses hasta los 19 años de edad.
- Personas de 50 años y mayores.
- Personas de cualquier edad que presenten problemas crónicos de salud.
- Mujeres embarazadas.
- Personas que viven en asilos de ancianos o en centros de cuidados a largo plazo.
- Cuidadores en el hogar y trabajadores que proporcionan servicios de salud en el hogar.

Las buenas prácticas de higiene son la mejor manera de prevenir la propagación de la enfermedad:

- Cúbrase la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y tire el pañuelo en un basurero después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o de estornudar. Se aconseja el uso de soluciones desinfectantes a base de gel de alcohol, cuando no se tiene agua y jabón.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y/o la boca pues son las puertas de entrada de los gérmenes al interior del cuerpo.
- Quédese en casa y no valla al trabajo o la escuela si usted se enferma y limite el contacto con otras personas para prevenir que ellos se enfermen.

-mas-

GREGORY C. DEVEREAUX
Chief Executive Officer

Board of Supervisors

BRAD MITZELFELT, VICE-CHAIRMAN.....First District

NEIL DERRY.....Third District

JANICE RUTHERFORD.....Second District

GARY C. OVITT.....Fourth District

JOSIE GONZALES, CHAIR.....Fifth District

Para obtener información sobre las clínicas comunitarias y los horarios de atención, por favor visite el sitio web del Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino en el sitio: www.sbcounty.gov/dph o llame al Sección de Enfermedades Transmisibles al 1-800-722-4794, de Lunes a Viernes, desde las 8 a.m. hasta las 5 p.m.

###



El Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino
Presenta

La Gripe Estacional 2011 Clínicas

**Evite la Gripe!
Tenemos La
Vacuna Para
Usted!**

Una vacuna contra la gripe estacional se recomienda cada año para ayudar a proteger a usted, su familia y la comunidad de la gripe.

Los de tercera edad están invitados a asistir.

El costo para la administración de la vacuna es **\$10.00**.

Para más información llame al Programa de Vacunas **1(800) 722-4794**, de Lunes a Viernes desde las 8 am hasta las 5 pm.

Si usted no puede ir a cualquiera de las clínicas mostradas, llame al **1(800) 722-4777** para hacer una cita para recibir la vacuna contra

El Mirage Community Center
1488 Milton Street
El Mirage, CA
Miércoles, 28 de Septiembre, 2011
10 am – 12 pm

Needles Senior Center
1699 Bailey Avenue
Needles, CA
Miércoles, 28 de Septiembre, 2011
1:30 pm – 3:30 pm (CA time)

**Highland Senior Center
(Patton State Hospital, main gate)**
3102 E. Highland Avenue
Highland, CA
Viernes, 30 de Septiembre, 2011
9 am – 12 pm

Barstow Senior Center
555 Melissa Avenue
Barstow, CA
Lunes, 3 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

McCoy Equestrian & Recreation Ctr
14280 Peyton Drive
Chino Hills, CA
Martes, 4 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Rialto Senior Center
1411 S. Riverside Avenue
Rialto, CA
Miércoles, 5 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Fire Department, Friendship Hall
148808 Havasu Lake Road
Havasú Lake, CA
Miércoles, 5 de Octubre, 2011
10 am – 11 am (CA time)

Apple Valley Senior Center
13188 Central Road
Apple Valley, CA
Jueves, 6 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Lucerne Valley Senior Center
10431 Allen Way
Lucerne Valley, CA
Jueves, 6 de Octubre, 2011
1 pm – 3 pm

Big Bear Senior Center
42651 Big Bear Boulevard
Big Bear Lake, CA

Hutton Community Center
660 Colton Avenue
Colton, CA
Miércoles, 12 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Fontana Senior Center
16710 Ceres Avenue
Fontana, CA
Jueves, 13 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Twentynine Palms Senior Center
6539 Adobe Road
Twentynine Palms, CA
Viernes, 14 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Joshua Tree Community Center
6171 Sunburst Road
Joshua Tree, CA
Viernes, 14 de Octubre, 2011
1:30 pm – 3:30 pm

Mountain Community Center
675 Grandview Road
Twin Peaks, CA
Lunes, 17 de Octubre, 2011
10 am – 12 pm

Trona Community Senior Center
13187 Market Street
Trona, CA
Martes, 18 de Octubre, 2011
10 am – 12:30 pm

Wrightwood Community Center
1275 Highway 2
Wrightwood, CA
Miércoles, 19 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Phelan Senior Center
9463 Sheepcreek Road
Phelan, CA
Miércoles, 19 de Octubre, 2011
1:30 pm – 3:30 pm

Yucaipa Senior Center
12202 First Street
Yucaipa, CA
Jueves, 20 de Octubre, 2011
9 am – 11 am

Grand Terrace Senior Center
22627 Grand Terrace Road
Grand Terrace, CA
Lunes, 24 de Octubre, 2011